

# "Ce trouble qui me trouble"

Santé Mentale dans la Cité - Édition 2019



Une Semaine de la santé mentale  
du 7 au 13 octobre



## Appel à participation

« En Belgique, 32% de la population de plus de 15 ans souffrirait de réelles difficultés psychologiques, et 18% d'une pathologie mentale plus sévère » (\*).

*Cette statistique parle d'elle-même et nous invite à nous sentir tous concernés. Mais au-delà des intentions, nous pouvons nous interroger sur la façon dont nous prenons effectivement en compte le trouble psychique lorsqu'il fait irruption dans notre vie, celle de nos proches, collègues, amis, voisins, usagers, clients, patients... Comment parvient-on à l'accueillir et quelles évolutions sont possibles ? Quel regard portons-nous sur les personnes qui en souffrent ?*

.....

Depuis près d'un siècle, l'aide et les soins n'ont cessé d'évoluer. Les lieux d'accueil des personnes en souffrance psychique se sont multipliés. Au sein du secteur de la santé mentale, différentes réponses existent : à l'hôpital, en centre de jour, au club thérapeutique, au service de santé mentale, « chez le psy », chez soi... Ces lieux ne sont toutefois pas les seuls concernés, loin de là. La rencontre avec les personnes qui présentent un trouble psychique se joue aussi ailleurs, chez le médecin généraliste, dans les institutions d'hébergement, au cœur des services sociaux, en prison, dans les services de police, dans la rue, au sein des quartiers, des familles, des cercles d'amis... Professionnels, proches ou simples citoyens, nous sommes tous confrontés à la souffrance psychique.

Le trouble psychique et ses symptômes passent parfois inaperçus mais ils peuvent aussi déranger... et devenir des marqueurs de différence. Chacun tente d'y faire face : la personne qui vit le trouble tout d'abord, mais aussi ceux qui l'accompagnent dans un parcours de soins, ou qui la croisent au quotidien : ses proches, ses collègues de travail, des voisins, un compagnon de route.

Face au trouble, de nombreuses questions se posent, surtout lorsqu'il dérange, lorsqu'il met en difficulté, lorsqu'il inquiète... Les professionnels qui travaillent au cœur des services d'aide et de soins, au même titre que les proches, amis, voisins, et certainement en premier chef les personnes concernées, se sentent - selon les cas, plus ou moins bien « équipés » pour accueillir le trouble.

Qu'on le veuille ou non, le trouble nous affecte de bien des façons. Aguerri ou pas, professionnel ou simple citoyen, chaque rencontre est nouvelle ... et chacun doit pouvoir se réapproprier la relation. Si pour certains « cela va de soi », la rencontre avec l'autre n'est pourtant pas toujours une évidence. Le cadre de travail des équipes peut être mis à mal, et la relation de soins en ressentir les premiers effets. Les appréhensions et les peurs vis-à-vis du trouble peuvent envahir la relation qui se crée. Nommer ce malaise peut tout autant être difficile, voire impossible... Comment faire hospitalité à l'autre lorsqu'il agit étrangement à nos yeux ? Comment faire place à sa différence et l'écouter réellement ? Comment se décaler de ses représentations du soin, et de l'aide à apporter? Toutes ces questions - que nous aborderons tout au long de la Semaine - se posent avec une acuité particulière lorsque les personnes que nous rencontrons cumulent des fragilités psychiques, sociales, financières. La voix des plus fragiles devient alors quelque fois inaudible...

**Et pourtant !** Certains parviennent à faire preuve de créativité et d'un pouvoir de résilience inédit. C'est aussi de cela que nous parlerons : de celles et ceux qui vivent le trouble de l'intérieur, et qui parviennent à y faire face ; de celles et ceux qui sont parvenus à dépasser leurs appréhensions ; de celles et ceux qui soignent le vivre-ensemble et permettent à chacun de regagner confiance en soi. Nombre d'initiatives individuelles et collectives favorisent la nécessaire rencontre entre tous, en s'appuyant sur les forces et fragilités de chacun. Elles s'appuient sur l'accueil inconditionnel, le souci d'aller vers les plus défavorisés, l'écoute de la personne là où elle est, à partir de ses besoins et de ses ressources. À travers le soin, le logement, l'emploi, la culture, l'insertion socioprofessionnelle, la participation citoyenne, toutes ces interactions précieuses permettent que se retisse du lien social et familial. Des « possibles » où le trouble est accueilli... *pour le meilleur et pour le pire.*





## Focus


---

Quelques questions à travailler tout au long de la Semaine

- Comment chacun de nous - intervenant, proche, collègue, ami, voisin - peut-il (ré)agir lorsque le trouble surprend, questionne, provoque la peur ou l'incompréhension ?
- Comment les intervenants parviennent-ils à définir une réalité partagée avec les personnes qu'ils accompagnent ? Comment parviennent-ils à se décaler de leurs ressentis et de leurs représentations ?
- Comment nos institutions de soins et nos équipes parviennent-elles à accueillir les personnes qui créent parfois l' « exception » dans le cadre pré-établi ? Au quotidien, comment se situent-elles dans cette tension de l' « entre soi » et de la mixité ?
- Quels enseignements peuvent nous transmettre les personnes qui vivent avec un trouble psychique ? Quelles stratégies ont-elles déployées pour accueillir le trouble et y faire face ?
- Quelles sont les actions politiques existantes et envisagées, pour soutenir ces « possibles » ?

**Vous avez des choses à dire, des questions à soulever, des réflexions à partager, des initiatives à faire découvrir ?**

**Nous comptons sur vous pour contribuer à améliorer les réponses possibles à ces questions !**



# Apportez-y votre contribution !

Colloque  
7/10/2019  
CEME, Charleroi



Partagez votre expérience, transmettez les enseignements issus de vos recherches, diffusez les outils/dispositifs concrets que vous avez développés pour répondre à ces questions, et dont chacun pourra se saisir pour travailler sur les impasses

Activités locales  
sur le thème  
"Ce trouble qui me  
trouble"  
8, 9, 11/10/2019  
Wallonie

Témoignez de vos projets et initiatives sur la thématique "Ce trouble qui me trouble"



Proposez une activité pour sensibiliser aux questions de santé mentale, et contribuez ainsi à déstigmatiser les troubles psychiques

Activités de  
sensibilisation à la  
santé mentale  
Wallonie



Cet appel à participation s'adresse à toutes celles et ceux concerné(e)s et intéressé(e)s par ces questions : les personnes vivant avec un trouble psychique, les familles, les intervenants de terrain (tous secteurs d'activités concernés : santé mentale, action sociale, culture, emploi...), les chercheurs (toutes disciplines bienvenues), la société civile, étudiants, artistes...

Cliquez [ici](#)  
pour nous soumettre vos propositions  
de contribution

Date limite : 26 avril 2019

## Contacts

---

Julie Delbascourt

Responsable de projet - 081/25.31.49  
j.delbascourt@cresam.be

Audrey Crucifix

Chargée de communication - 081/25.31.49  
a.crucifix@cresam.be

Christiane Bontemps

Directrice - 081/25.31.43 - 0478/27.10.08  
c.bontemps@cresam.be



Wallonie

**AViQ**

Agence pour une Vie de Qualité

Familles Santé Handicap

Avec le soutien de  
la



Wallonie